



令和3年2月1日発行

No.8



## ごあいさつ

県母子部会長 野呂 江身子

新年を迎え皆さまいかがお過ごしでしょうか。

今年度より、母子部会長となりました野呂と申します。至らぬ点もあるかと思いますが、どうぞよろしくお願い致します。

昨年、新年を迎えた際には東京オリンピックの開催に期待を膨らませ、活気ある日本の姿を想像していました。しかしながら、1年が経過した今、世の中の状況はどうでしょうか。未知のウイルス「コロナ」に悩まされ、オリンピックは延期になり、常時マスクで過ごし私たちは新しい生活様式を余儀なくされました。2月末からの学校の休校、緊急事態宣言と、まるで映画の世界のような出来事が次々と起こりました。そのような中ひとり親の方々は大変なご苦勞をされたのではないのでしょうか。行政の支援策は皆さまに十分なものだったのでしょうか。さまざまな情報があふれ、何を信じ何をやるべきなのか私も翻弄されました。このような状況で頼りになったのは、母子会の先輩や仲間たちでした。お互いの状況を話すことでアドバイスを頂き、仲間の大切さ情報の大切さを感じました。こんな時だからこそ誰かを頼ってもよいのではないのでしょうか。

最後に、いまだ解決しないコロナとの戦いに不安を抱え、母子会の事業も開催出来ない状況が続いています。そこで今回の「ぶちとまと」では、コロナ禍での皆様の思いや考え、またひとり親でありながらも、医療従事者として働いている方などの思いなどを集めました。

この危機を乗り越え、明るい未来が来ることを信じ、お互い助け合える仲間がいる「ひとり親家庭福祉連合会」を目指していきましょう。

ご協力お願いいたします。



那須塩原市 波立小二年 松本 としみち



那須塩原市 波立小三年 松本 まさたか



# コロナに負けるな！医療従事者からの声！

## \* 足利市 \*

今、全世界で猛威を振るっている新型コロナウイルス感染症で今までとは全く状況が一変してしまっただけでなく、企業等が数多くあるのではないのでしょうか。私の勤めている介護施設でも、対応が変化し感染予防対策として毎日全員が必ず検温、マスクを着用し手指の消毒を行い体調の変化を観察しています。



また、換気の悪い密閉空間やお互いに手が届く近距離での会話を避け、集団感染が起こらないよう充分注意しています。国の自粛要請中は、皆と協力し極力最少限の行動で自粛に努めました。

7月に入り、時間を制限した家族との面会が開始されましたが、まもなく足利市内でのコロナ陽性者が出てしまい、面会は中止となってしまいました。そのため、利用者様も家族との面会が遮断され、ストレスが溜まり、塞ぎこんでしまった利用者もいます。

収束の見通しが立たないコロナ禍での生活が続いておりますが、1日も早くワクチンが開発され、新型コロナウイルスが収束し以前のように利用者様と会話ができて、冗談話が語れる環境に戻ることを願うばかりです。(酒巻 恵子)

## \* 佐野市 \*

今年に入り、コロナウイルスが国外から日本へ広がった。すぐに終息すると思っていたが、その数は増え続けている。

栃木県でも連日感染者が増えて毎日テレビやネットでコロナのニュースをチェックしている。マスクや消毒液、ハンドソープなど店頭には数が少なく、病院でも入手困難となっている。マスクは1日1枚を使用。

各病棟ごとに置かれて自由に使用できていた手指消毒液はすべて撤収された。

私達も毎日、検温し出勤することになった。患者様の面会が制限された。3月頃は入り口で着替えや荷物の受け渡しのみだった。自立している患者様でさえ、他の病棟の売店への行き来が許されなかった。

その為、私に向かって「あんたは家に帰れるからいいけど、ずっと病室にいる患者の気持ちは分からないだろう、病院内ならいいだろう。」と怒りを露にした患者様もいた。

私は状況を説明し傾聴や謝罪を行った。

現在も面会時に検温が必要であり、人数や時間の制限がある。しかし短時間でも面会することができ患者様の笑顔が増えてきている。

今だに終わりが見えないコロナだが、今後も医療従事者として避けられる密を避け、手指衛生を徹底し自分が感染源とならぬよう注意していきたい。(山田 光穂)



## \* 鹿沼市 \*

今年は、突然の緊急事態宣言から始まりコロナという眼に見えないウイルスに不安と恐怖を感じ過ごした1年でした。「学校が休みだ」と喜んでいた臨時休校も日々が過ぎると子供から「友達と遊べないつまらない」などの言葉が増え、学校からは自宅での学習も多くの課題が出され、子供は子供なりのストレスを感じ、大人は先の見えない事への不安を感じたのではないのでしょうか？

私は介護施設で仕事をしているので、緊急事態宣言後も日々の仕事は変わらず、自分や家族が感染しない様に気をつけながら生活する事へのストレス、感染してしまったら仕事が出来なくなるのではないかと不安、休校で自宅学習に悩む子供に寄り添ってやれないもどかしさも感じました。

子供には「わからない所はママの休みの日に一緒にやろう」が口癖になっていました。三密を避ける事の大切さは理解していましたが「こんな時にひとり親で使える支援はあるのか？こんな状況だからこそ何か助け合いが出来たら良いのに」と思うことがありました。子供の学習サポートはもちろん、心のケアや自分が仕事を続けて行けるのかなど、日々の生活を考えると不安と孤独に押しつぶされる思いで大きなストレスでした。子供もそれは同じだったと思います。休校中に一緒に勉強して欲しい。元気に学校に行けていたらそんな思いを抱えながら口に出来ない、私もその想いを感じながら仕事へ行っていました。

具体的に何かをしてほしいという事では無く、今何が出来るのかを共に考え協力してくれる仲間づくりの大切さを感じました。

それは職場にひとり親のママがいたこと。

職種が違くとも悩みを話し、共感してくれることで私は落ち着くことが出来ました。同じ子育てをしているからこそ不安なことを共有することで、何とも言えない安心感があり、ひとりではないと感じました。

6月から始める事の出来た「学び家」は、子供と私にとって心強い相談の場であり、心のよりどころになっています。こんな時だからこそ多くの人に会の事を知って欲しいと思いました。(森田)





コロナウイルスの流行で、令和2年度の初めての行事です。室内の三密を避け、みんなでリンゴ狩りに行きました。

## リンゴ狩り

矢板市はりんご団地があり、とても美味しいりんごが収穫できます。今年は天候の関係で色々な果物が不作でした。りんごも収穫量が少なかったそうです。リンゴ畑に行く前に試食をさせてもらいました。とても甘くて食感もよく、このリンゴ園を選んで良かったと思いました。リンゴジュースも飲ませていただきました。リンゴジュースは自分のりんご園のりんごを共同の加工所でジュースにするそうです。まさに生産者の顔が見えます。

「りんごは10個まで」と決めていても、楽しくて沢山採ってしまいます。子供たちは、お互いを意識しながら大きなりんごを探します。

親子でどれにするか迷いながら採っています。

見ていてとても楽しそうです。甘い誘惑に負けてしまったのは私です。

りんごはとても健康によいとされています。

りんごを毎日食べていると医者いらずといわれています。美味しいりんごを食べて、みんなが健康にすごせよう！

手塚郁夫りんご園の皆様、大変お世話になりました。またよろしく願いいたします。(塩谷地区連合体 さくら市 橋本 真澄)



## コロナ流行で大変だったこと

コロナ流行により、長期の休校でも夏休みとは違って見通しが立たず親子共々気持ちが前向きになれませんでした。子供は勉強のモチベーションが上がらず、どうしてもゲームや動画を見て過ごす時間が多くなりました。部活もないので朝は遅くまで寝ているようになり、起きないうちに私は仕事に行くようになってしまい、子供の朝ご飯とお昼ご飯を置いて行く毎日でした。

休みの日も感染を恐れどこも出かけず、仕事以外で人と会って話す機会がなくて気分は沈みがちになりました。家を出ている娘も帰省出来ない期間が長く、休校で友達とも会えず1人暮らしで寂しく辛い様子で可哀そうでした。

子供達が元気に学校に行けることが大事だと思いました。

また緊急事態宣言が出て休校にならないようみんなで気を付けたいです。

(那珂川町 石川 美奈子)



普段何気なく触れている手すりやドアノブなどに、新型コロナウイルスの流行によって触れることを拒んでしまう。

世間ではドアを足で開けたり、ドアを上の方で開けたりと試行錯誤がなされている。ついには、手を触れずにドアを開ける器具まで出始めた。これらはひとえに新型コロナウイルスという、見えない敵がいつどこに潜んでいるか分からないという恐怖からきている。こんなウイルスをいつまでものさばらせておくわけにはいかない。

では、今自分たちにできることは何か。それは手洗いうがいや消毒などをしっかりやることである。そしてそれをひとりひとりが守ることによって、いつの日か新型コロナウイルスはなくなるだろう。



新型コロナウイルスの流行でおきた様々なこと。

良い点 子供と過ごす時間が増えた。

家で子供と一緒に夕食等を作り会話が増えた。

悪い点 外食や映画に行けず子供のストレスがたまる。

学校が休みで運動不足になり体重が増えた。

毎日のマスクが苦手。

(栃木市 金子 有子)

編

集

後

記

令和も3年目を迎えましたが、去年は新型コロナウイルスが大流行し大変な年になってしまいました。感染されてしまった方々心よりお見舞い申し上げます。

今回号のぷちとまとは、新型コロナウイルス感染拡大防止の為、事業も大幅に縮小される中、皆さんの御協力のおかげで掲載記事を集めることができました。去年は自粛、自粛で皆さん外出も出来ず我慢の年になりましたね。ソーシャルディスタンス(社会的距離)が勧められていますが、心の距離まで離さないで、是非『ぷちとまと』をのんびりと読んで頂けたらと思っております。(M.M)



## 会員交流会

令和元年に新規加入者が有った。それも8組。幼い子供を抱える若いお母さん達で新しい風を吹き込んでくれた。久しぶりに子供の声が響きわたる会になった。令和2年は子供の喜ぶような行事をしようと考えていた最中、新型コロナウイルス感染拡大の影響で外出自粛、ほとんどの行事が中止、会員の集まりも出来なくなった。

それでも9月になり自粛が緩和された中で、10月4日に令和2年度初の会員交流会を地元天平の丘公園内の古民家「夜明け前」で実施した。庭の遊具で子供たちが遊び会員みんなが見守りお母さんにゆっくりしてもらおうと思っていた。けれど都合が悪く参加がなかった。

残念な思いはあったが久しぶりに会った会員達は、近況報告と今後の行事について話がはずんだ。昼食後は公園散策、秋だというのに桜つつじが咲き、萩の花は満開、静かな林の中の散歩は運動不足の体と委縮していた心を癒してくれた。

楽しかった交流会も笑顔のうちに終了した。

マスク無しで過ごせる日常を願って。(下野市 田口 茂子)



## ひとり親家庭サポーターのつどい R2・11・15(日)

### ひとり親家庭に役立つスマートフォンSNS(LINE)活用術 ～新しい生活スタイルの中支援を上手に活用するために～

今年度は毎年行われているサポーターのつどいが新型コロナウイルス感染拡大防止の為に通常通りの開催が困難になり規模を縮小して開催しました。

内容はSNS(LINE)活用術と題して、グループを作ったの連絡や情報発信などがスマートフォンでスムーズに出来るように指導をうけました。

イベント、スケジュール、アンケート、あみだくじなど、公式アカウントの利用方法も教わりました。

スマートフォンで実際にグループを作ってみたりグループに友達を招待してみたり、イベントを送ったりしました。

便利なLINE機能だが一歩間違えると大変な事になるという注意点やマナーも指導してもらいました。



今回の研修は一方的に話を聞くのではなくスマホを実際に操作しながらの研修だったのであつという旨の2時間でした。

今後の仕事やプライベートにも役立てたいです。  
(壬生町 森尻 真理)

「ぶちとまと」は、赤い羽根共同募金配分金により発行しています。

自主事業の学習支援事業が「赤い羽根 子どもと家族の緊急支援全国 キャンペーン」第3回助成団体に決定しました。

